

悦读



版主:jojo
QQ群:57676670
邮箱:xdkbyyb@126.com

作家动态

郭敬明打造“下一站”系列

郭敬明全新打造的“下一站”书系新书近日首发。据长江文艺出版社透露,其中《下一站·伦敦》是郭敬明与其第一届“文学之新”大赛四强选手一同前往伦敦做文化交流时的散文合集。而《下一站·神奈川》则是郭敬明、笛安、落落等一行于去年在日本富士山、横滨港等地旅行时的文字记录。 王文

图书销售排行榜

书名	作者
《自动安全全集》	金城
《羚羊为什么奔跑》	曙光
《中国企业当直面金融欺诈》	张晓东
《苦难辉煌》	金一南
《手比头高》	陈春花
《蔡康永的说话之道》	蔡康永
《刘心武续红楼梦》	刘心武
《IQ843》	村上春树
《舍与得的人生经营课》	赵丽荣
《江苏公考一本通》	李永新

(大众书局对此榜亦有贡献)



在2010年《吃的真相》受到读者广泛好评之后,重庆出版社近日推出该书的续篇《吃的真相2》。在《吃的真相2》中,该书作者、食品营养专家云无心延续了《吃的真相》轻松幽默却不失科学严谨的文风,一一破解养生保健领域的热门谣言;详解一些大家日常生活中接触到但不一定思考过的饮食知识;介绍各种饮食的实验与创新;客观分析存在争议的饮食观点。与《吃的真相》相比,《吃的真相2》的内容更时尚有趣,文风更可亲。

教你怎么吃

《吃的真相2》你急需的健康食谱指南

内容多面 详细分析

在《吃的真相2》中,云无心延续了《吃的真相》轻松幽默却不失科学严谨的文风,内容结构独具特色,全书分为四个板块:“流言一锅端”、“看着熟吃着生”、“厨房实验党”、“人口前需争议”。清晰地展现出四个侧重点:破解养生保健领域的热门谣言,如“吃了转基因食品,转基因会转到身体里”的传言等;详解一些大家日常生活中接触到但不一定思考过的饮食知识;介绍各种饮食的实验与创新,如教大家做出卡布奇诺咖啡上的泡泡;客观分析存在争议的饮食观点。全书直指当今养生保健的浮夸之风,揭开所谓养生大师和保健圣品的真面目,提供给读者客观且翔实的科学分析,让读者科学养生、专业保健,独立判断、自由选择。

实例讲解 普及饮食常识

当你有机会认识了一个食品工程专业博士时,当你知道他每天的工作就是拿各种食物做

分析、做化验时,你最想问的问题会是什么?转基因水稻到底能不能吃?燕窝鱼翅到底有没有超级营养成分?甚至,豆浆到底能不能和鸡蛋一起吃?《吃的真相2》秉持的宗旨是向民众实实在在地普及他们最急需、最缺乏的健康饮食知识,把真正的常识传播开去,让公众从各种各样的误导中脱身。

在《吃的真相2》中,它也不会一上来就告诉你什么是绝对的真理,比如:“喝绿豆水到底能治疗什么病?”在书中,作者云无心会通过一系列实验告诉你,绿豆是由什么成分组成,每种成分起什么作用,因此得出,它有什么价值,有什么功能。最终证明,它并没有那么神奇。“去年,我们的口号就是‘科学打假、明智饮食’。今年,我们还是运用科学的力量,继续通过真真实实的例子来告诉大家,什么才是健康正确的饮食方式。”该书的策划、科学松鼠会内容总监小庄在接受记者采访时如是说。

快报记者 应嘉轩

阅览室

应嘉轩 整理



《癌症只是慢性病》
作者:何裕民
上海科学技术出版社
定价:28.00元

癌症被许多人认为是“不治之症”,其实,大量的案例证明癌症可防可治!本书汇集了作者30余年来从事抗癌工作的宝贵经验与深刻反思,提出了一些抗癌新主张、新观念。



《带着爱去工作》
作者:王育琨
江苏人民出版社
定价:32.00元

个人生命力是什么?公司生命力是什么?公司为何而存在?公司为何而强大?十几年做企业的经历令作者感受到中国企业的危机,借着这本书告诉你如何在工作中释放压力。



《穷人通胀,富人通缩》
作者:牛刀
江苏人民出版社
定价:28.00元

“中国地产三剑客”之牛刀的首部财经力作,作者在书中深入浅出地分析了当下老百姓们最关心的房价问题。告诉你如何正确地应对房价涨跌,并明白一些基本的经济学原理。

(阅览室信息由凤凰国际书城提供)

本版为文娱爱好者特别制作,逢周二、周三、周四、周五分别见报“乐弹”“影视”“悦读”“藏品”版。



看妇科,还是选择三甲医院好

——一名南京女白领在长征的就医白皮书

一切为患者着想,服务无微不至

作为一名在南京工作的女白领,在一次偶然的就诊过程中,让我与上海长征医院南京分院妇产科(以下简称长征妇产科)结下了不解之缘,在以后的接触过程中,让我进一步了解了这个三甲医院的重点科室,在医疗改革踽踽前行的今天,在老百姓看病依旧不轻松的今天,长征妇产科以它对医疗技术的精益求精,对高水平妇科专家及医疗技术人才的求贤若渴,对医疗安全的严谨执着,对广大女性患者的关爱负责,赢得了社会和群众的肯定。

患者都是慕名而来,体验了专业服务

每次走进长征医院门诊五楼的妇产科,在布局合理的前厅和长长的走廊,总觉得人来人往,好不热闹,却又井然有序,有条不紊。经常可以看见各个专家诊室门口长长的候诊椅上,坐满了候诊的患者或者家属,检验、超声、药房前面排起的队有序地流动,而玻璃里面的医务人员,则专注而麻利地工作着。前来看病的患者,有男有女,有老有少,当然大部分以20-40岁女性为主,她们每每带着或轻或重忧郁、痛苦的神情而来,又每每面带微笑,或是如释重负的神态而归时,笔者就想,为什么长征妇产科的患者多之又多呢,带着这样的疑问笔者走访了长征妇产科,做了一次详细地“密探”,来解答百姓同样的疑问!

倡导科学规范治疗,平价惠民

“同样的环境比服务,同样的服务比技术,同样的技术比疗效,同样的疗效比价格,长征不仅做到了,而且还可以做得更好!”这是长征医院妇产科主任张红珠的话。的确,上海长征医院南京分院自原来的海军414医院改制以后,妇产科抓住机遇,以“患者需要的就是我们追求的”为基本服务理念。比如,患者希望有造诣深、资历高、经验丰富的妇产科专家为自己提供诊治服务,科室就依托上海长征医院的绝佳人才资源,大力引进多名高水准妇产科专家,为患者排忧解难;患者觉得看病贵,科室在医院统筹管理下对各类检查、治疗、中西药、手术等费用按照同级别医院最低水平定价收取,并持续开展例如单病种限价、妇科病免费或成本价检查筛选等各种方式的惠民举措。

这些措施的开展,为患者减轻了经济负担,同时也为科室带来了巨大的口碑效应,使科室门诊量近年来持续增长;比如对于很多妇科病而言,很多患者在问诊时难以启齿,并希望得到隐私尊重,科室便制定相关规定,要求“一医一患一诊室”,并要求医务人员做到耐心、理解、体贴,以免患者感到难堪;再比如根据患者反映周六周日看病大医院专家却在休息,科室便全员率先实现“无节假日妇产科”,使患者周六周日也照样可以挂到专家号,接受治疗……像这样的例子多不胜举,可以说“站在患者的立场经营科室”这一经营信条,在长征妇产科得到了全面、系统地落实。

妇科病对于大部分女性的一生来说,可以说是如影随形,因此有一两家值得信赖,在需要的时候能为自己排忧解难的妇产科对女性朋友来说是一件非常重要的事情。对于年满32岁,家住浦口的蔡玉琴女士来说,这一点她深有体会。在来长征妇产科之前,她大医院,小门诊或专科医院都去过,但大医院的高费用和医务人员冷漠甚至是带着嘲讽的眼神,小医院的不规范疗效不佳的现状,让她每当有就诊需求,总是不免徘徊退缩。“第一次去长征医院我记得是09年夏天,那次是做无痛人流,我和老公婚后的避孕措施一直用套(避孕),没想到当时却出了意外。”

在长征妇产科流产经过让蔡女士唏嘘不已,“管理非常好,从医务人员的服务态度就可以看出来,整个接诊和手术过程都感到很舒服,科室对于我考虑的也很细致,很多我没想到的科室都想到了,手术过程很快,基本没有痛的感觉,术后很快就康复痊愈了。”最让蔡女士没料到的是,那次手术她前后只花了五百多块钱,这对于经济不宽绰的她印象很深刻。

“长征妇产科的收费是平价的,也是实在的,和社会上有些歪医院歪门诊广告上打得便宜实际却宰你没商量真不一样。”正是那一次良好的印象,使长征妇产科得到了蔡女士的认可,以后每逢自己有健康需要,哪怕是一点小小的问题,她都要来长征找曾经为她看病的刘主任咨询、就诊。她还介绍她的亲戚、同事也像她一样来长征妇产科看病。



惠民医疗活动还在延续

据笔者了解,长征妇产科在惠民平价的收费基础上,又推出了一系列惠民就诊活动,这些项目主要包括:

■妇科病66元全检查,包括白带常规(原价5元)、BV检测(原价35元)、尿常规(原价65元)、妇科检查(原价10元)、妇科彩超(原价95元)、数码电子阴道镜检查(原价110元)、早孕检测(可选项,原价40元)。

■赛弗宫颈修复系统(新型利普刀)手术费限价800元,微创无痛人流治疗中重度宫颈疾病,包括宫颈糜烂、中重度宫颈炎、宫颈息肉、宫颈肥大、宫颈纳囊等。(活动截止4月5日)

■安全保宫型无痛人流全包干价580元,该活动为配合妇联女性生殖健康爱心行动而设立。(活动截止4月5日)

■产科免费建卡,免费孕产期教育(每周六下午14:00)。预约热线:80930504

■为方便市民就医,长征妇产科特别开设了免费健康咨询绿色通道:电话咨询 025-58819414(早8到晚22点,周末不休)网络咨询 www.414fck.com 或qq咨询 100599414 100699414 医院地址:建宁路200号,上海长征医院南京分院(原414医院)